SANDS SPA
MAURITIUS
LIFESTYLE
Preferred
HOTELS & RESORTS

RÉGLEMENTATIONS GÉNÉRALES & ETIQUETTES DU SPA

HEURES D'OUVERTURE
De 08h00 à 20h00
Merci de vous présenter au Spa 15 minutes avant votre soin.

POLITIQUE D'ANNULATION
Un préavis de 4 heures est requis pour toute annulation. Au cas contraire, des frais d'annulation à la hauteur de 50% sera applicable. Déduction faite depuis votre carte de credit.

CONFIDENTIALITÉ
Nous vous saurions gré de bien vouloir remplir la fiche client et nous aviser de votre condition de santé afin qu'ils soient pris en compte pendant votre soin.

TÉLÉPHONE PORTABLE/APPAREIL
Nous demandons à nos clients d'éteindre leur téléphone portable ou tout autre appareil et de converser discrètement au Spa.

PRÉFÉRENCES
Pour une expérience spa agréable, veuillez nous indiquer si vous avez une préférence sur le type de pression pour votre massage, le volume de la musique, le niveau d'éclairage ou la température de la cabine avant et à tout moment pendant le soin.

OBJETS DE VALEUR PERSONNELS
Pour votre confort, nos traitements sont effectués sans bijoux. Veuillez laisser vos objets de valeur dans votre coffre-fort.

ALIMENTATION
La nourriture est interdite dans toutes les zones du spa. Pour votre confort, nous mettons à votre disposition de l'eau et une infusion.

DOUCHE
Veuillez laisser l'huile de massage nourrir votre peau pendant au moins une heure après le soin. Nous vous recommandons de ne pas utiliser le jacuzzi et la piscine de l'hôtel après votre soin.

JACUZZI, SAUNA ET HAMMAM
1. Veuillez noter que les zones humides sont unisexes sauf accord préalable.
2. Les enfants de moins de 18 ans ne sont pas autorisés à utiliser les zones humides.
3. Veuillez prendre une douche avant d'utiliser le jacuzzi, le sauna et/ou le hammam.
4. Une serviette est nécessaire et fournie dans le sauna et le hammam. Il est obligatoire de porter un maillot de bain dans le hammam et d'être assis sur une serviette.

JACUZZI: CONDITIONS GENERALES ET ETIQUETTES

1. Veuillez noter que le jacuzzi intérieur est une zone unisexe, partagée par les hommes et les femmes. Par courtoisie envers les autres clients, veuillez prendre une douche avant d'entrer dans l'eau.
2. L'utilisation du jacuzzi n'est pas recommandée pour les personnes souffrant de problèmes cardiaque, ceux qui sont sujet a des malaises et/ ou ceux susceptibles de s'évanouir à cause de la chaleur.
3. Il est recommandé aux personnes souffrant de plaies ouvertes ou de problèmes de peau de ne pas utiliser le jacuzzi.
4. Le nombre maximum de personnes autorisées dans le jacuzzi est de 4.

HAMMAM: CONDITIONS GENERALES ET ETIQUETTES

1. La température du hammam est de 45°C.
2. Tous les utilisateurs sont priés de prendre une douche avant et après avoir utilisé le hammam.
3. L'utilisation de produits cosmétiques et d'accessoires ne sont pas autorisés dans le hammam.
4. Si vous avez fait de l'exercice, une période de récupération de 10 à 15 minutes est recommandée avant d'utiliser le hammam.
5. Veuillez limiter votre séance à un maximum de 10 minutes à la fois afin d'éviter une déshydratation excessive.
6. Après avoir utilisé le hammam, laissez votre température corporelle revenir progressivement à la normale (37°) avant de reprendre l'exercice.
7. L'utilisation du hammam à vapeur n'est PAS recommandée aux femmes enceintes, les personnes souffrant de problèmes de santé tels que les maladies cardiaques, l'hypertension artérielle, l'asthme ou toute autre maladie contagieuse sauf avec accord médical.
8. Sortez immédiatement du hammam si vous vous sentez mal, si vous avez des vertiges ou si vous avez envie de dormir et prenez une infusion de gingembre et de citronnelle.

SAUNA: CONDITIONS GENERALES ET ETIQUETTES

1. La température du sauna est réglée et main tenue à 80°C.
2. Tous les utilisateurs sont priés de se doucher avant d'entrer dans le sauna.
3. L'utilisation du sauna n'est PAS recommandée aux femmes enceintes, aux personnes souffrant de troubles cardiaques, l'hypertension artérielle, l'asthme ou toute autre maladie contagieuse sauf accord par un médecin.
4. La durée maximale recommandée pour chaque session est de 15 minutes.
5. Il est fortement recommandé aux utilisateurs de boire de l'eau avant et après chaque séance.
6. Laissez votre corps se refroidir en prenant une douche froide après chaque séance.
7. En aucun cas, de l'eau, de l'huile, des vêtements ou tout autre produit ne doivent être placés sur ou autour des pierres du sauna ou sur l'élément chauffant du sauna.
8. Sortez immédiatement du sauna si vous sentez un malaise, des vertiges ou une somnolence.

CLEANSING MILK

MASSAGES SIGNATURE

Tous nos massages ont été spécialement conçus pour combiner des techniques de massage sophistiquées avec les propriétés curatives de l'huile de pépins de raisin et de l'huile de soja. Nous offrons des massages de 60 minutes et de 75 minutes: 60 minutes pour un massage complet du corps sans massage de la tête, tandis que les 75 minutes incluent un massage
complet de la tête aux pieds.

MASSAGE RELAXANT SANDS

(60 MIN - 75 MIN) - RS 4 000 / RS 5 000

Un massage complet du corps avec des mouvements longs et doux pour encourager une relaxation totale et la restauration du corps. Ce massage est idéal pour une relaxation profonde et un état général de bien-être.
Pression: Douce / Moyenne

MASSAGE BALINAIS

(75 MIN) - RS 5 000

Le massage traditionnel de l'île indonésienne de Bali aide à réduire le stress, stimule la circulation sanguine, soulage les muscles tendus, détoxifie le corps, nourrit et adoucit la peau. Ce traitement convient aussi bien aux femmes qu'aux hommes.
Pression: Douce / Moyenne

MASSAGE AUX PIERRES CHAUDES

(90 MIN) - RS 6 500

Composées de lave pure ou de pierre de basalte naturelle, les pierres chaudes sont nées de la chaleur extrême du magma terrestre, puis d'un refroidissement brutal par l'eau de mer. Le minéral est récolté et poli à la main pour une douceur infinie et une surface non poreuse, ces pierres accumulent la chaleur et la fraîcheur pour des effets véritablement incroyables sur le corps. Elles sont positionnées sur des points sensibles pour fournir un effet relaxant immédiat. Sur le front, l'estomac, les pieds ou les mains, votre corps appréciera les vertus de la thermothérapie.

MASSAGE AU BAMBOU

(75 MIN) - RS 5 000

Le bambou chauffé est pétri dans le tissu en utilisant une technique de massage en profondeur. Il utilise une technique plus ferme et plus extensive pour atteindre les nœuds causés par l'acide lactique et d'autres toxines causant des tensions. Au-delà de l'amélioration de la mobilité et de la réduction de la douleur, ce massage améliore également la raideur articulaire, la qualité
du sommeil et la clarté mentale.
Pression: Moyenne / Forte

MASSAGE ENERGISANT MUSCULAIRE

(60 MIN / 75 MIN) - RS 4 000 / RS 5 000

Un massage en profondeur conçu pour travailler sur les principaux groupes musculaires afin de libérer les tensions. Ce massage est idéal pour préparer le corps à une activité sportive ainsi que pour soulager les tensions du système musculaire.
Pression: Moyenne / Forte

MASSAGE POLYNÉSIEN DÉLASSANT (LOMI-LOMI)

(75 MIN) - RS 5 000

Un massage corporel hérité des guérisseurs polynésiens, utilisant une pression profonde et des mouvements continus des avant-bras du praticien.
Des notes délicates d'huiles d'amande et de coco vous accompagnent tout au long de cette expérience de relaxation.
Pression: Moyenne / Forte

MASSAGE AYURVÉDIQUE

(75 MIN) - RS 5 000

Un massage complet du corps avec des huiles chaudes et des épaules qui vous aideront à vous sentir bien. Le massage ayurvédique expulse les toxines et procure une relaxation profonde. Physiquement, il aide tous les systèmes du corps. Mentalement, il aide votre esprit à se détendre en éliminant les énergies des tensions passées et des problèmes émotionnels dans votre corps. Pression: Moyenne

RÉFLEXOLOGIE

(60 MIN) - RS 4 000

La réflexologie est l'activation des pouvoirs de guérison du corps. Elle combine à la fois des techniques anciennes et modernes.
Pression: Moyenne / Forte

DRAINAGE LYMPHATIQUE

(60 MIN) - RS 4 000

Idéal pour ceux souffrant de problèmes de rétention d'eau. Ce traitement rajeunit également la peau.
Pression: Douce

MASSAGE DU DOS ANTI-STRESS
(30 MIN) - RS 3 000
Un massage du cuir chevelu, du cou et du dos basé sur les techniques d'acupression indiennes pour libérer les tensions. Les points de pression sont stimulés pour décomposer les blocages et libérer les toxines. Pression: Moyenne / Forte

REVITALISATION DES JAMBES ET DES PIEDS
(30 MIN) - RS 3 000
Un massage ciblé pour réconforter et soulager les jambes lourdes et les chevilles enflées. Pression: Moyenne / Forte

MASSAGE DES ÉPAULES ET DE LA TÊTE
(30 MIN) - RS 3 000
Une technique spécialisée, utilisée pour stimuler les points de pression dans la tête, augmenter le flux d'énergie et restaurer l'équilibre. Ce traitement est idéal pour ceux souffrant de maux de tête, de problèmes de sinus et de raideur des épaules. Pression: Moyenne / Forte

MASSAGE EN COUPLE
(75 MIN) - RS 10 000
Techniques relaxantes et Lomi-Lomi avec éclairage à la bougie et fleurs en décoration. Partagez un moment magique et privilégié avec votre bien-aimé et profitez d'un massage relaxant en couple dans une ambiance zen. Pression: Douce / Moyenne

GOMMAGE CORPOREL À LA NOIX DE COCO
(30 MIN) - RS 3 500
Révélez une peau plus douce et éclatante avec des écorces de noix de coco exfoliantes et des coquilles de noix de coco moulues dans un gommage crémeux et hydratant à base d'huile vierge pressée à froid, biologique et issue de l'agriculture biologique.

GOMMAGE AU SUCRE
(30 MIN) - RS 3 500
Les bienfaits du gommage au sucre se voient dans la guérison des imperfections. Ils aident à adoucir les zones calleuses et rugueuses, les rendant plus lisses et plus douces. Grâce à leurs multiples fonctions et avantages, les gommages au sucre peuvent éliminer le besoin de crèmes hydratantes et de nettoyants pour la peau. Ils aident également à absorber l'excès d'huiles et de saleté de la peau et à équilibrer le sébum.

GOMMAGE AU SAVON NOIR
(30 MIN) - RS 3 500
Bien connu au Maroc, le gommage au savon noir est un puissant exfoliant qui élimine les toxines et active la régénération cellulaire.

ENVELOPPEMENT CORPOREL À LA BOUE
(30 MIN) - RS 3 500
Avec un mélange de masque de fango détoxifiant et d'huiles essentielles, ce traitement détoxifie à tous les niveaux. Complété par un massage signature du cou, il est idéal pour procurer une merveilleuse sensation de légèreté et de bien-être dans le corps.

ENVELOPPEMENT CORPOREL AU RASSOUL

(30 MIN) - RS 3 500

Un voyage marocain vers la beauté et le bien-être ultime. Cette boue extraordinaire provient des vallées chaudes et fertiles du Maroc, abondantes en éléments de santé et de beauté essentiels: magnésium, fer, calcium, potassium et sodium. Elle est réputée pour sa capacité à apaiser les peaux sensibles et à lisser les peaux rugueuses et écailleuses.

TRAITEMENT COUP DE SOLEIL À L'ALOE VERA

(30 MIN) - RS 3 500

L'enveloppement à l'aloe vera aide à soulager les coups de soleil et rafraîchit la peau. Conçu pour sculpter, tonifier et raffermir le corps, il aide également à lisser la peau après une exposition au soleil.

RITUELS SPA

Nos rituelles signatures avec de l'huile de pépins de raisin et de soja sont conçues pour vous transporter dans un lieu de tranquillité et de régénération pure.

RITUEL ZÉNITUDE

(90 MIN) - RS 6 500

Prenez du recul par rapport à votre vie trépidante avec notre Rituel Zénitude. Laissez notre thérapeute restaurer votre calme intérieur et vous aider à profiter de vos vacances. Inclusions:

- Hammam/Sauna ou Jacuzzi
- Gommage chaud au sucre
- Rituel de purification des auras, une méditation zen
- Massage du dos

RITUEL DU MAGHREB

(2 HEURES) - RS 8 500

Un voyage spa idéal pour commencer vos vacances.Ce rituel traite et nourrit votre peau fatiguée et sèche. Inclusions:

- Hammam/Sauna ou Jacuzzi
- Gommage au savon noir
- Enveloppement corporel au rassoul
- Massage relaxant

SOIN DES ONGLES

SPA MANUCURE

(75 MIN) - RS 4 000

Quoi de mieux pour bien commencer vos vacances qu'une manucure? Un bain aromatique pour adoucir les mains et les cuticules suivie d'une pose de vernis de votre choix. Riche en minéraux, les sels de mer exfolient et polissent la peau.

SPA PÉDICURE

(75 MIN) - RS 4 800

Une pédicure spa avec des produits Cuccio somptueux et une pose de vernis de votre choix. Transformez une pédicure ordinaire en une pédicure somptueuse avec ce mélange unique de crèmes hydratantes, nettoyantes et désodorisantes.

SOIN À LA PARAFFINE

(30 MIN) - RS 2 000

Un excellent traitement pour les mains et les pieds, la paraffine possède la propriété de retenir la chaleur et l'eau dans la peau. Le masque à la paraffine est particulièrement recommandé pour les personnes âgées et celles souffrant d'arthrite, de rhumatisme ou de spasmes musculaires.
Il offre également des bienfaits hydratants pour la peau.

VERNIS À ONGLES

- Vernis - RS 1 200
- Vernis French - RS 2 000
- Gel Wonderlack Extrême - RS 2 000
- Enlèvement de Wonderlack - RS 1 000

BEAUTÉ SIGNÉ THALGO

SOIN VISAGE RÉHYDRATANT
(60 MIN) - RS 4 500
Un soin hydratant qui équilibre instantanément le niveau d'hydratation de la peau déshydratée après de longues heures d'exposition au soleil. Sa fraîcheur et sa douceur offrent un confort maximal et une sensation incomparable.

SOIN THALASSO VISAGE (ALGUES MICRO-ÉCLATÉES)
(90 MIN) - RS 6 800
Idéal pour ceux qui souhaitent un véritable soin thalasso pour revitaliser et rééquilibrer les fonctions vitales de la peau. Ce soin est excellent pour ceux qui veulent débarrasser leur peau mixte ou grasse des impuretés.

SOIN VISAGE RAFFERMISSANT THALGO
(90 MIN) - RS 6 800
Le soin visage raffermissant Thalgo convient à ceux ayant une peau atone, un ovale imparfait, besoin de repulpage ou de raffinement.

SOIN VISAGE FROID MARIN
(75 MIN) - RS 5 500
Idéal pour les personnes souhaitant apaiser et adoucir efficacement leurs peaux sensibles. Vasoconstricteur, le soin Froid Marin relance la circulation sanguine du visage. Mieux oxygénée, la peau redevient fraîche et claire. Les sensations liées à la fragilisation de la peau disparaissent pour laisser place à une intense fraîcheur apaisante.

SOIN SPÉCIFIQUE DES YEUX
(30 MIN) - RS 3 000
30 minutes de soin exclusivement réservé aux yeux. Anti-poches, anti-cernes, anti-rides, ce soin traite toutes les problématiques en une seule séance.

SOIN EXPRESS VISAGE ET YEUX
(30 MIN) - RS 3 000
Vous êtes pressé mais souhaitez tout de même raviver l'éclat de vos yeux et de votre visage en un temps record? Le soin Express Sheer de 30 minutes est spécialement conçu pour vous !

SOINS DU VISAGE
(30 MIN) - RS 3 500
Toute épilation du visage est en supplément et nous vous recommandons de la réserver un jour avant votre soin du visage.

ÉPILATION
Jambes complètes – RS 3 000
Demi-jambes – RS 2 500
Bras complets – RS 2500
Aisselles - RS 1 200
Maillot classique – RS 1 200
Maillot intégrale – RS 2 000
Torse ou dos – RS 2 000
Lèvre – RS 1 000
Sourcils – RS 1 000
Menton – RS 1 000

TEINTURE
Teinture des sourcils – RS 1 000
Teinture des cils – RS 1 200

POUR LUI
Coupe de cheveux - RS 1 000
Shampooing – Coupe de cheveux – RS 1 200
Shampooing – Couleur des racines – RS 2 200

POUR ELLE
Shampooing / Brushing cheveux courts
RS 2 000
Shampooing / Brushing cheveux mi-longs
RS 2 800
Shampooing / Brushing cheveux longs
RS 3 000
Shampooing / Coupe – RS 2 000
Shampooing / Coupe / Brushing cheveux courts
RS 3 500
Shampooing / Coupe / Brushing cheveux
mi-longs – RS 3 700
Shampooing / Coupe / Brushing cheveux longs
RS 4 000

COULEUR & MÈCHES SEULEMENT
Couleur des racines (5 cm) – RS 2 700
Mèches demi-tête – RS 3 300
Mèches tête entière – RS 3 800
Coiffure – RS 2 700
Tressage de cheveux à partir de – RS 700
Soin du cuir chevelu – RS 2 000
Lissage – RS 800

MAQUILLAGE
Maquillage – RS 3 500

POUR LA MARIÉE
Essai coiffure – RS 3 500
Coiffure – RS 3 500
Essai maquillage – RS 3 500

COURS DE YOGA

Découvrez le Yoga avec notre instructeur international venu tout droit du Kerala, M. Dijin

À Sands Suites Resort & Spa, nos séances de yoga, ancrées dans la pratique traditionnelle du Hatha Yoga, sont personnalisées pour répondre à vos besoins spécifiques. Issues des enseignements anciens de l'Université de la Culture Divine du Kerala, cette approche disciplinée vise à équilibrer le corps et l'esprit. Sous la direction de notre instructeur expérimenté, M. Dijin, nous proposons des programmes sur mesure conçus pour vous aider à atteindre vos objectifs de bien-être. Que vous recherchiez une meilleure santé physique ou une clarté mentale, nos séances de yoga et de méditation vous accompagneront sur le chemin d'une vie équilibrée et harmonieuse.

Cours de Yoga

Retrouvez équilibre et harmonie intérieure grâce à nos séances de yoga adaptées à chacun. Renforcez votre bien-être physique, mental et spirituel à travers un programme pensé pour vous accompagner vers plus de sérénité et de paix intérieure.

Dimanche – Yoga au lever du soleil
Technique de respiration Nyaya Dharsana – 08h00
Lundi – Yoga au coucher du soleil
Séance d'étirements Asana – 17h30
Mercredi – Yoga au lever du soleil
Séance de méditation Dhyana – 08h00
Vendredi – Yoga au coucher du soleil
Mudras – Gestes des mains – 17h30

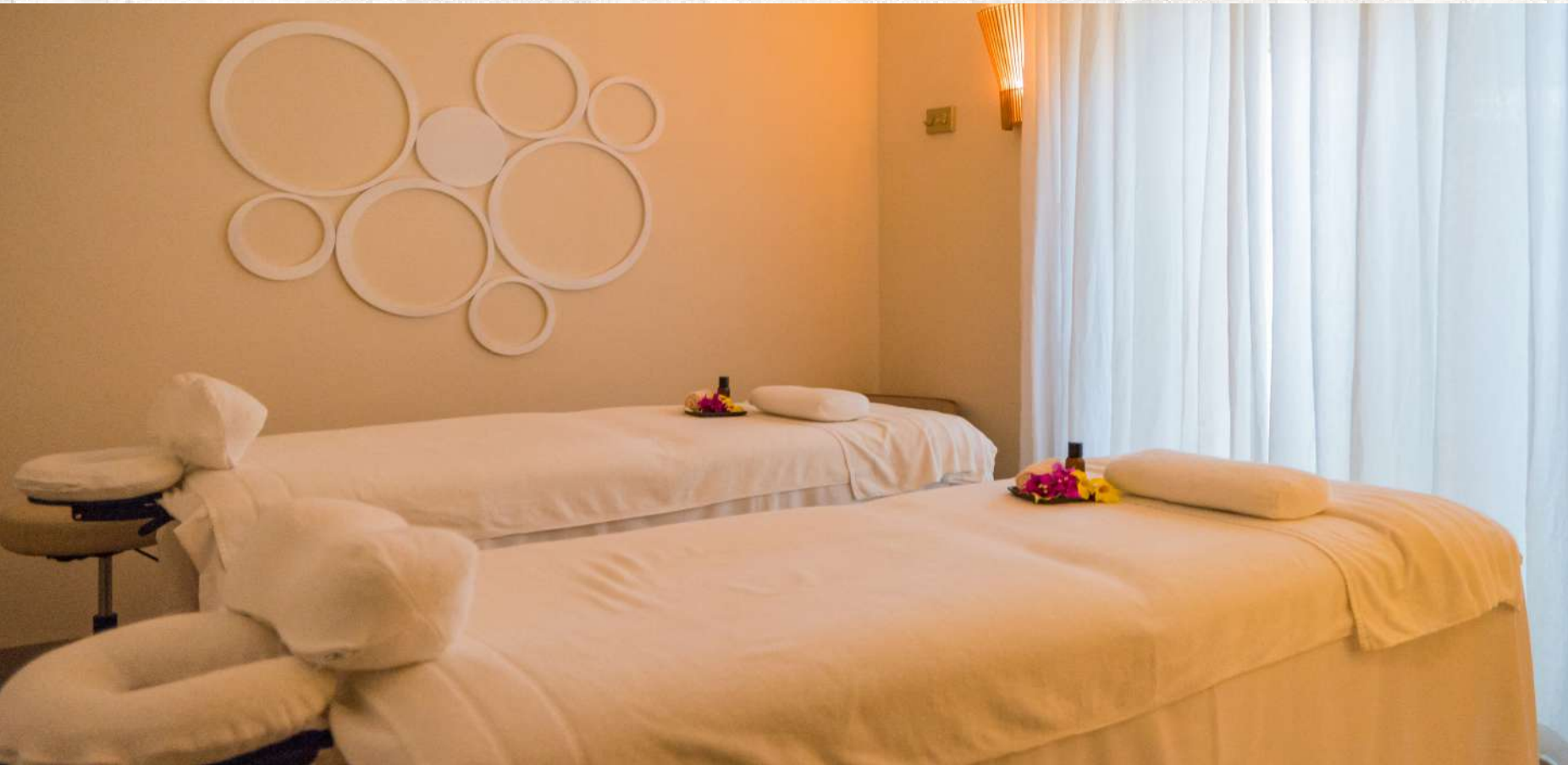
Séance de yoga personnalisée

Initiation au **Hatha Yoga**
Sur la plage ou dans le lieu de votre choix
Séance privée d'une heure
Tarif par personne : Rs 1 200

Cours d'**Ashtanga Yoga**
Sur la plage ou dans le lieu de votre choix
Séance privée d'une heure
Tarif par personne : Rs 1 500

Merci de réserver 24 heures à l'avance sur le 1280

Luh
Putri



L'ÉQUIPE DU SANDS SPA

Bienvenue au Sands Spa où chaque moment est une invitation à se détendre et à se ressourcer. Notre équipe de thérapeutes hautement qualifiés se consacre à créer une expérience spa personnalisée adaptée à vos besoins. Ils apportent une richesse d'expertise à chaque session, de l'aromathérapie à la réflexologie en passant par les traitements ayurvédiques holistiques, vous aidant à trouver l'équilibre et l'harmonie dans votre corps et votre esprit.
Notre Spa comprend deux salles pour couples, deux salles simples, un sauna, un hammam et un jacuzzi. Nos thérapeutes viennent de l'île exotique de Maurice, et certaines viennent de Bali, en Indonésie.

NOS THÉRAPEUTES BALINAISES

Nous sommes ravis de vous présenter nos thérapeutes balinaises, qui apportent des techniques traditionnelles de Bali pour enrichir notre menu de soins avec leur touche authentique. Elles se spécialisent dans :

Massage Balinais : Une technique traditionnelle qui soulage la tension musculaire et favorise le bien-être général.

Massage au Bambou : Une thérapie innovante utilisant du bambou chauffé pour fournir un massage profond et apaisant.

sands.mu